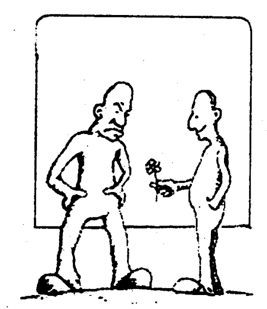
فن التعامل مع الأصدقاء

Dealing with Friends Art



دكتور

عمرو حسن أحمد بدران

الدار الذهبية

قل لي من تصادق أقل لك من أنت

إهداء

إلى ...

الأستاذ الدكتور/ محمد كمال السمنودي

وكيل كلية التربية الرياضية لشئون خدمة المجتمع وتنمية البيئة – جامعة المنصورة

يسعدني أن أهدي سيادتكم كتاب:

فن التعامل مع الأصدقاء

مع خالص احترامي لشخصكم،

عمرو بدران

تقديم

"سلام على الدنيا إذا لم يكن بها ... صديق صدوق صادق الوعد منصفاً"

الصداقة أجمل شيء في الوجود، فهي علاقة إنسانية راقية، وتعبير عن صلة بشرية رائعة، ومنبع لتقبل وحب الحياة بكل أحزانها وآلامها.

الصداقة كالبنيان، كلما كان أساسها قويًا عاشت فترة أطول، وعلاقة الصداقة دعائمها عديدة: الود – التفاهم – التعاطف – تقارب المبادىء – الميول، كلها تخلق علاقة متينة يصعب على الرياح العاتية اقتلاعها.

والأصدقاء ثلاثة أنواع، هم:

العاصي:

وهو المرتكب والمتشبع بالمعاصي، وهذا الصديق ... ابعد عنه كل البعد مهما كان يلزمك الأمر.

الغافل:

وهو طيب القلب، ولكن في غفلة، وهذا لا يقال عنه عاصي.

الصالح:

هذا الصديق تشبث به بكل ما تستطيع.

الصداقة، تترك أثرها العميق في ذهن الإنسان ومشاعره وأحاسيسه وانطباعاته وحركته.

والله أسأل أن ينفع به، وأن يجعله خالصًا لوجهه الكريم.

المؤلف

الصداقة

تعد الصداقة في مفهومها العام، قدرة الإنسان على أن يتوافق مع نفسه أولاً، ومع الآخرين ثانيًا، وأن يقبل نفسه، ويقبل الآخرين، فهو إذًا لا يعيش منفردًا في هذه الحياة، وإنما مع الآخرين، وهذه طبيعة الكائن البشري مذ خلق الله الإنسان على وجه الأرض.

وتتفق معظم الدراسات النفسية الحديثة على وجود صلة وثيقة بين التفاعل مع الأصدقاء، وبين التوافق النفسي الاجتماعي في كل مراحل الحياة بصفة عامة، وفي مرحلتي الطفولة والمراهقة بصفة خاصة.

وقد أظهرت دراسات اواجيل ودك، فيما يتصل بالصحة النفسية أن الأشخاص الذين يفتقدون الأصدقاء يكونون أكثر عرضة للإصابة باضطرابات نفسية، منها:

- التوتر.
- القلق.
- الاكتئاب.
- الملل والسأم.
- الخجل الشديد.
- بطء تقدم الذات.
- ضعف مقاومة الأمراض الجسمية، والتأخر في الشفاء.
- العجز عن التصرف الكفء عندما تضطرهم الظروف إلى التفاعل مع الآخرين.

إذاً، الصداقة، هي البذرة الأولى في تكوين حياة المجتمعات وتقارب وجهات نظر الناس حول موضوع ما، أو إقامة صلة القربى وغيرها

وعند الإبحار في تكوين مفهوم الصداقة تاريخيًا وانثروبولوجيًا لوجدناها تدل على بداية تكوين الإنسان للمجتمع، وامتداد هذا المجتمع إلى المجتمعات الأخرى، فالإنسان قديمًا مارس أول مهنة في التاريخ وأقدمها، وهي الزراعة، فقد كانت الأرض هي الصديق الوفي الذي ظل يرعاه أكثر من نفسه أحيانًا، فالأرض هي الأم والصديق، وهي التي سهر من أجلها ورواها بالدم دفاعًا عنها، وحفظ علاقته بها وضحى من أجلها، فكانت الصداقة الأولى بين الفلاح والأرض، صداقة امتدت إلى عمق جذور الإنسان في التاريخ، هذا الإنسان الذي يتغير كيانه عندما يترك أرضه أو وطنه، ولن يجد في هذه الأرض الواسعة متسعًا له.

إن الأرض، هي أفضل تعبير عن إخلاص الإنسان، بعد أن بنى عليها مترله، وأقام عليها أمنه، وتزوج عليها، وأنجب أولاده، وعلمهم الإخلاص لها والتضحية من أجلها، وعليها تقارب مع الناس وتجاور معهم.

إن التعبيرات الرمزية عن الصداقة كثيرة، وشواهدها متعددة، فصداقة الرجل مع الأرض تأخذ منحى الوفاء لهذه الصداقة، وصداقة الرجل مع الزوجة لها أبعاد أكثر مما هي امتداد روحي لأجل البناء الدنيوي وتكوين أسرة، وصداقة الإنسان مع الآخرين المحيطين به ومشاركته لهم في السراء والضراء.

تلك العلاقة التي لا يعيها الإنسان حق الوعي إلا عندما تنفصم إحدى وشائجها وتتحول إلى النقيض من ذلك.

والروابط بين الناس قائمة على أساس حاجة الناس لبعضهم البعض، فالبشر يقدم كل منهم للآخر أعظم مسرات الحياة وأفراحها وأحزالها، وربما تكون هــذه الروابط أحد الأسباب الرئيسة في ملاحظة كل منا للآخر ومحاولة فهمه، ومعرفة ما يدور بداخله، ليمتد هذا الفهم ويتحول إلى صداقة أكثر عمقًا، فالناس تحتاج للناس من خلال ما يقدمونه لهم من مساندة اجتماعية تسهل بالفعل عملية التوافــق مــع الناس والاستمرار بالحياة والتكيف رغم المصاعب.



الصداقة صدفة أم اختيار؟

في حياة كل إنسان، علاقات وروابط مع آخرين من بني جنسه، قد تمتد لتتجاوز العلاقات والروابط المصلحية إلى روابط وعلاقات ينسكب في وشائجها بعض من شعاع الروح، اصطلح على تسميتها بالصداقة، والبانين لهذه العلاقات والروابط بالأصدقاء.

وهنا قد يطرح سؤال، وإن نعته البعض بالسذاجة، لكنه سؤال لابد من الإجابة عليه، وهو: لماذا الصداقة؟، ولماذا الأصدقاء؟، وهل من الواجب والضروري اتخاذ صديق؟.

وللإجابة أقول، فمن دون أصدقاء:

- كيف يستطيع الإنسان أن يجتاز العقبات في هذه الحياة؟.
- كيف ينجح إنسان لم يكون لنفسه بعد شبكة من العلاقات الاجتماعية تعينه في تحقيق أهدافه؟.
- هل سمعتم أن زعيمًا تسلق سلالم المجد، من دون أن يكون له بطانة وأعوان؟!.

ويؤكد لنا الواقع عدم وجود نجاح بغير صداقات، ولن تكون صداقات بغير فن العلاقات، ولن تكون علاقات بغير حب، وكيف يمكن للحب أن ينمو خارج المجتمع وبعيدًا عن الناس؟.

إذاً، لابد من الصداقة في حياة كل إنسان منا، ولكن ما المقصود بالصداقة؟، وما المراد بالأصدقاء؟

جاء في كتاب: **لسان العرب**، لابن منظور: الصداقة من الصدق، والصدق نقيض الكذب.

وبهذا تكون الصداقة، هي صدق النصيحة والإخاء، والصديق هو من صدقك.

وقد عرف **أبو هلال العسكري**، الصداقة في كتابه: **الفروق في اللغة**، بأنها: اتفاق الضمائر على المودة.

وعرفها **أحد علماء النفس**، أنها: علاقة بين شخصين أو أكثر تتسم بالجاذبية المتبادلة المصحوبة بمشاعر وجدانية.

ويضيف **البعض الآخر**، بأنها: علاقة اجتماعية وثيقة ودائمة تقوم على تماثل الاتجاهات بصفة خاصة، وتحمل دلالات بالغة الأهمية تمس توافق الإنسان واستقرار الجماعة.

إن الصداقة فن وصناعة، إلا أن لها أرضية لابد من تهيئتها، وهي الالتزام بالأخلاق الفاضلة، أي صداقة قائمة على الخلق الإنساني الرفيع.

وبما أن الصداقة فن، فهذا يعني أن نستعمل الذوق والفكر والقلب والضمير معًا في إقامة الصداقات وإيجاد الأصدقاء.

إن الصداقة ليست مسألة عادية؛ بل هي من المسائل الملحة والخطيرة في حياة الإنسان، لأن تأثير الصديق على صديقه ليس تأثيرًا فجائيًا ملموسًا ليتعرف من خلاله بسهولة على موقع الخطأ والصواب؛ بل هو تأثير تدريجي، يومي، وغير ظاهر، ومن هنا تظهر خطورة الصداقة في حياة الإنسان، والمجتمع، وضرورة الاهتمام بها من قبل الأفراد والجماعات.

والصداقة اختيار، ولا يجوز أن تترك اختيار أصدقائك للصدفة، إذ إن الصدفة قد تكون جيدة في بعض الأحيان، ولكنها لا تكون كذلك في أكثر الأحيان. ولهذا فإن على الإنسان أن يبادر إلى اختيار أصدقائه، حسب المعايير الصحيحة قبل أن تؤدي به الصدفة إلى صداقات وفق معايير خاطئة.

وفي هذا الصدد يشير علماء النفس، إلى بعض المعايير التي لابد وأن يأخذها الإنسان عند بدء الصداقة، مثل: التقارب العمرى في معظم الحالات بين الأصدقاء – توافر قدر من التماثل بينهم فيما يتعلق بسمات الشخصية – القدرات العقلية – الاهتمامات – القيم – الظروف الاجتماعية – مراعاة الدوام النسبي والاستقرار في الصداقة.

وبما أن الصديق له الأثر الكبير على حياة الإنسان والمجتمع، فلابد أن نختار من تكون تأثيراته محمودة، فالواجب ألا نبحث عن الصديق فحسب؛ بل عن الصفات التي يتمتع بها، وأهمها:

- العلم.
- العقل.
- الخير.
- الزهد.
- الوفاء.
- الحكمة.
- الفضيلة.
- الإخلاص.
- الخلق الكريم.

- الأمانة.
- الصدق.
- خفة الظل.
- الانبساط.
- الاستقلال.
- الثقة بالنفس.
- كل ما يوحي بالقوة.
- الميل إلى الحياة الاجتماعية.
- الاعتناء بكل ما هو محبب.
- التدين، وهو كل ما يشير إلى الإيمان بالله وأداء الفرائض الدينية.

ومن هذا نستخلص، أن الصداقة في كل الأحوال لابد أن تكون قائمة على الخلق الإنساني الرفيع.

لذا، على الإنسان أن يكون حذرًا في اختيار أصدقائه.

قال رسول الله – صلى الله عليه وسلم:

"المرء على دين خليله، فلينظر أحدكم من يخالل"

وقد يتخوف البعض من هذا الأمر بشكل كبير، فيؤثر الوحدة في الحياة على الصداقة مع الناس، وبعض الناس على العكس من ذلك، إذ يتخذ من عملية الصداقة بحد ذاتها هواية، فيكثر من الأصدقاء دون أي حساب.

وكلا الطريقين السابقين خاطئ، فليس من الصواب أن يتخــذ الإنســـان أصدقاءً بلا حساب، كما ليس من الصحيح أيضًا أن يعيش الإنسان في عزلة عـــن الناس؛ لأن العزلة حالة مخالفة لفطرة الإنسان الاجتماعي بالطبع.



مراحل تكوين الصداقة

إن السلوك الاجتماعي لدى الناس يعد أولى لبنـــات تكـــوين صـــداقات، وإقامة روابط بين الأفراد أو الجماعات في: البيت – الشارع – المدرسة – المسجد – العمل، وتحكم هذه الروابط معايير معينة.

ويحتفظ كل إنسان بمستوى معين من الحدود لإقامة العلاقة، فالبعض يتكلم داخل أسرته بطريقة معينة، ويتعامل مع الناس بطريقة مختلفة، وربما يتجنب التحدث بموضوعات خاصة في أماكن معينة؛ بل حتى طريقة ارتداء الملابس أو ألوانها تحتمها الظروف والمناسبات المعينة، فالسلوك الاجتماعي تتحدد آفاقه الآنية مـــن خـــلال الفعل الصادر عن الإنسان والحاجة إلى ذلك السلوك في التعامـــل، وإدراكاتنـــا في التفاعل الاجتماعي.

FRIENDS

ويتأثر الإنسان إلى حد كبير بإشارات الاتصال غير اللفظي، المشتملة على تعبيرات الوجـــه ووضع الجسم والتلميحات واتجاه النظرات والمـــظاهر غير اللفظية للحديث – النبرة والارتفـــاع في الصوت والتوقيت وفترات الصمت ... وغيرها.

والمؤثرات السابقة، يراقبها الإنسان كسلوك عند الناس، ويستخلص منها الأسباب والنتائج لإقامة علاقة، ومن ثم التغلغل إلى فهم الصحبة أو إقامة حـــواجز نفسية قبل الموافقة لامتداد العلاقة.

وتتدخل في مراحل تكوين الصداقة عدة عوامل، أهمها:

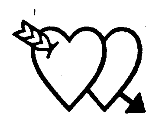
الألفة والحب:

إن مفهومي الألفة والحب يدخلان مدخلاً قويًا في الصداقة بكل أنواعهـــا، فمفهوم الألفة يذهب بعيدًا إلى توق النفس للاتصال عن قرب بإنسان موثوق بـــه يحمل صفات الإنسانية؛ مما يؤدي بالتالي إلى اندماج العلاقة بالمساندة الانفعالية مـــع الآخر.

أما مفهوم الحب، فيستخدم عادة لوصف المشاعر تجاه عـــدد قليـــل مـــن الناس، يشعر الإنسان نحوهم بالانجذاب والتعلق الشديد، أي أن الحب، هو: شكل حاد من الانجذاب، ونقصد به هنا ما نشعر به في حياتنا اليومية كالحـــب الوالـــدي والحب الأخوي، وحب الأصدقاء، وحب الإنسانية، حب الوطن.

ويدخل هذان المفهومان - الألفة والحب - ضمن تصـــنيف المـــدعمات الاجتماعية، وهي مفاهيم تتعلق بمفهوم البناء في العلاقات المتبادلة، وتصنف إلى:

- **الحب**: أو الوجدان الإيجابي.
- **المعلومات**: وتتضمن الآراء والنصائح والمعارف.
- **المكانة**: وتشمل التقويمات التي تشعر بالنفوذ والاحترام، أو التقدير.
- **الخدمات**: وتعني النشاطات المؤثرة في الإنسان الآخر، من قبيـــل إســـداء جميل أو عمل معروف.



الإعجاب:

على الرغم من أن الناس بحاجة إلى الناس، ويحتاج كل منهم للآخر، إلا أن الإنسان منا يتمتع بصفة خاصة لديه، وهذه الصفة هي الاختيار.

ولكن ما الذي يجذب البعض بفعل عامل الإعجاب؟، هل هي السمات المرغوبة التي يظهرها الآخر؛ بحيث تجذب المقابل؟، أم أن عامل الوسامة ذو تأثير فعال على الإعجاب؟، أم هي جاذبية الحديث والمنطق الذي يتكلم به الإنسان؛ مما يثير لدى المقابل عامل الإعجاب ثم الانجذاب ...؟، أو ربما لمحات الذكاء التي يبديها؛ بحيث تترك تأثيرًا واضحًا على الآخرين؟.

إن لمنطق التحدث والكلام تأثيرًا قويًا على الآخر، وهذا أمر لا شك فيه، فضلاً عن الأسلوب الذي يؤثر في الآخرين ويأسرهم بجمالية خاصة، أو لهجة معينة منطوقة، أو رؤية مؤثرة ذات منطق آسر.

ويتدخل عامل آخر يزيد من الإعجاب ويرجح كفته على العوامل الأخرى، وهو الجاذبية التي يتمتع بها الإنسان وتؤثر على الآخرين.

كل تلك المؤثرات التي تثير الإعجاب في الناس عمومًا، أو في إنسان ما خصوصًا، يجتمع معها الشخصية وتأثيراتها، ولمحات الذكاء وآثارها، والقدرة على التأثير اللغوي والسمعي على الآخر.

وإذا ما اجتمعت لدى الإنسان هذه العوامل، مع الصدق كقوة تأثير، يتحقق عامل الإعجاب.

الشخصيات المتممة:

إن الأفراد الذين تتشابه شخصياتهم ربما يكونون أصدقاء في الواقع الحالي أو ربما في المستقبل، وكذلك الحال إذا توفرت عناصر الجذب في إحدى الشخصيات، فإن الآخر ينجذب إليه، أما في هذه الخاصية فتطرح الشخصيات المتممة؛ حيث ينشأ عن طريق التبادل الكلي بين الناس أساس في إقامة الصداقات والصلات القوية.

وتقوم فكرة التبادل على أساس التكافؤ في العلاقة بين الأفراد؛ مما يزيد من فرص إقامة الصداقة.

وتؤيد الدراسة العلمية أن الناس يميلون إلى الإعجاب بأولئك الذين يتعاونون معهم من أجل مصالح متبادلة، ولا يظهرون روح التنافس في حياتهم، فهؤلاء الأفراد يتمتعون بفرص إقامة العلاقات والصداقات المتكافئة مع الآخرين بنفس الدرجة.



التقارب:

إن من نعم الله على الإنسان، أن جعله اجتماعيًا بالفطرة، يميل إلى نظرائـه في الخلق، وهذه غريزة من الغرائز، موجودة في بني البشر جميعًا.

وبناءً على ما سبق، فإن فلسفة التعامل بين الناس تقوم على أساس الفطرة الاجتماعية التي جبلهم الله عليها، وهي توجب التعامل بين الناس، والتعامل يقتضي الاتصال بينهم، ومن أبرز وجوهه الاتصال الشخصي: المكاتبة.

ويعد البعد المكاني أحد أبعاد التقارب، فهو عاملاً قويًا ومؤثرًا لدى الإنسان، ومعظم الأفراد الذين يتقاربون معنا مكانيًا ستكون لنا بهم صلة صداقة أو معرفة اجتماعية، أو سيصبحون حتمًا أصدقاء، فأصحاب البيوت المتجاورة يكونون أكثر صداقة، وتنشأ علاقات بينهم أكثر قوة من أولئك الذين تتباعد بيوتهم، وتزداد عند الإنسان قوة التقارب عندما يكون الحاجز المكاني غير مؤثر، فالقرب المكاني معناه أن الأفراد الذين يعجب كل منهم بالآخر قد يزداد تفاعلهم وبشكل مستمر، وتتراكم لديهم الخبرات المشجعة عن الآخرين، وتتعزز بينهم الصداقات أكثر.

ورغم أن هذا العامل مؤثر جدًا في إقامة الصداقة وتقويتها، لكنه ليس كافيًا تمامًا للتآلف، ويبقى عاملاً مساعدًا في التقارب فحسب.

ويوجد بعض السلبيات الناجمة عن التصاق المساكن ببعضها؛ حيث تتولد باستمرار إحساسات غريبة تثير أحيانًا الغضب، وأحيانًا أخرى الملل لدى بعض الناس.



التشابه:

في قناعاتنا أنه لا يوجد ناس شريرون تمامًا، ولا خيرون بالكامل، كما لا يوجد أشخاص فعالون دائمًا، أو أشخاص فاشلون على الدوام، فكل إنسان منا يملك خصالاً جيدة، وأخرى سيئة.

والمشكلة، هي أننا في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين نتجه غالبًا إلى نواحي قصورنا بدلاً من التركيز على نقاط قوتنا الكامنة، ومن أجل تجنب ذلك نحاول أن نحدد لأنفسنا المزايا التي نتمتع بها ونقاط الضعف التي ندركها في علاقتنا مع الآخرين، ومن المهم هنا أن نحاول الإفادة من الجيد، وأن نتجنب ذلك الضعيف منها.

إن تشابه سلوك الناس وتعاملاتهم يثير الإعجاب لدى أغلب الناس، فنحن نميل إلى الأفراد الذين يتشابهون معنا في أخلاقهم واتجاهاتهم وشخصياتهم وقيمهم، ويزداد إعجابنا بهم كلما تداخلنا أكثر معهم.



أنواع الصداقة

يمكن تقسيم الصداقة إلى ثلاثة أنواع، هي:

الصداقة العامة:

وهي صداقة الإنسان مع كل من هو أهل للمصادقة من بني البشر باعتبار أنه مثلهم، ويشترك معهم في الهيئة، والخلقة، وفي عمارة الأرض.

الصداقة الخاصة:

وتنقسم إلى قسمين، هما:

الأخوة أو الصداقة في الدين:

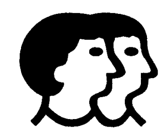
وهو الرباط الذي يربط كل إنسان بمن يشاركه في الدين والعقائد والأهداف.

قال تعالى:

"إنما المؤمنون إخوة"

الصداقة الحميمة:

وتتمثل في الأصدقاء المقربين، وهؤلاء الأصدقاء هم أقرب الناس إلى قلب ذلك الإنسان وأكثر التصاقًا به.



وتتمثل أجواء الصداقة الإيجابية، في:

- الكرم.
- الورع.
- ترك المناقشة السلبية.
- الثقة المتبادلة بين الأصدقاء.
- استخدام الحلم والرفق واللين.
- القبول بالصديق: تجنب الخيانة في المصادقة.

قال الشاعر:

أتطلب صاحبًا لا عيب فيه؟! وأي الناس ليس له عيوب؟!

ما الذي تقدمه الصداقة؟

تبحث الناس عن من يتفق معها ويخفض لديها مشاعر الغربة، ويعزز عندها المشاعر الإيجابية، وهذه العملية سميت بالتفاعل الاجتماعي الذي يمارسه الإنســـان بالفعل، فهو بحاجة إلى الآخرين، وإقامة العلاقات معهـــم، كحـــد أدنى للتفاعـــل الاجتماعي، بغض النظر عما يقدمونه من خدمات إيجابية واضحة أو مســـتمرة في ظروف الحياة العادية.

وتزداد أهمية الأصدقاء عند التعرض لظروف قاسية أو مشقة عالية، لـــذا كانت المساندة الاجتماعية تسهل بالفعل عملية الشفاء من المرض وشدة الضغوط، وتبدو على الأفراد الموجودين في مواقف ضاغطة ردود فعل أقل حدة بدنيًا حينمـــا يكونون في صحبة الآخرين من الناس.

قال رسول الله – صلي الله عليه وسلم:

"من صاحب الناس بما يجب أن يصاحبوه، كان عادلاً"



وفيما يلي بعض الآليات التي تخفض مشاعر التوتر وعدم الارتياح من خلال قوة فعل الصداقة وما تقدمه، و هي:

الإفصاح عن الذات:

أحد الأساليب التي تساعد على خفض التوتر والمشقة وتقليل مشاعر الوحدة في الأزمات، وأهم وسائلها التكلم والتحدث والتخاطب، ومحاولة تخفيف مشاعر الشد النفسي التي تنتاب الإنسان أثناء الأزمة، فيقف الصديق حينها موقف المعالج من خلال مشاركته في أدق تفاصيل الحياة الشخصية مستندًا إلى الحب والألفة اللتين تربطانه بصاحبه؛ مما يساعد كثيرًا في تخفيف مشاعر الحزن وشدة النوائب.

ويرجع علماء النفس، أهمية الإفصاح والحديث والتكلم عما يدور في الذات، وما يحدثه من آثار نفسية إيجابية، إلى تخفيف وطأة الأزمات من خلال:

- **التعبير:** التخفيف عن النفس بعد الإفصاح عن المعاناة وظروف المشقة.
- **التوضيح:** من خلال الإفصاح عن الذات، يتمكن الإنسان من تقديم صورة واضحة عن نفسه لصديقه؛ مما يمكنه من التفاعل معه.
- **تنمية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين:** وبهذه الطريقة عندما يكشف الإنسان عما يدور بداخله، تقوى العلاقة مع الصديق، وتظهر لديه رغباته وحاجاته وآماله، فإذا أشبعت تلك الحاجات أو بعضها تقوى العلاقات.

المشاركة في الميول والاهتمامات الشخصية:

وتعتمد على قوة الصديق في المشاركة والتخفيف من مشاعر الضيق والملل والتوتر؛ بل وتنمية المشاعر الإيجابية السارة؛ حيث تؤدي المشاركة في الميول والاهتمامات الشخصية إلى إثارة المشاعر الإيجابية السارة متضمنة التسلية والترفيه.

ويعتقد بعض المختصين بأن الصداقة وإقامة العلاقات، لابد وأن يتخللها الكثير من المرح واللعب، وهما مصدران حيويان للتنبيه والاستثارة المعرفية.

المقارنة الاجتماعية:

وتعني معرفة الأشخاص المقربين جدًا، والآخرين الذين يبتعدون عنا عند حدوث مشكلات انفعالية أو طوارئ غير مألوفة، أو عندما يبتعد البعض في الشدائد، ولا يبدي مساعدة واضحة.

ويظهر الصديق بواضح أثناء الأزمات أو تحت وطأة الشعور بالوحدة، وخاصة عندما تهتز ثقة الأفراد في قدراتهم على تحمل الضغوط والمشقة، ويصبح من الصعب السيطرة عليها، لاسيما عند الأزمات الطويلة، فالإنسان هنا يحتاج إلى الصديق كسند له.

الضبط الاجتماعي:

يعبر الإنسان عن حاجاته ورغباته أثناء التخاطب الاجتماعي، وهو يعبر أيضًا عن معتقداته وقيمه وحدوده الشخصية، لذا فإن الإفصاح عما يدور بداخل الإنسان إنما يمكن من ممارسة ضبط أكبر على سلوك الآخرين.

المساندة الاجتماعية:

تعد مواقف الصديق أقوى مساند للإنسان في كل نواحي الحياة، فما يقدمه الصديق من مساندة من خلال النصيحة والفهم والتوجيه، هو وقاء للإنسان من الوقوع في الخطأ.

ويطرح المتخصصون في هذا المجال نوعين من المساندة:

- المساندة المادية.
- المساندة النفسية.

ويرى **اوجايل**، أن الناس يحتاجون إلى الأصدقاء لأسباب، من بينها: الرغبة في الحصول على المساعدة – المعلومات – المساندة الاجتماعية بمظاهرها المختلفة، سواءً في شكل نصائح – تعاطف – اتفاق في وجهات نظر.

وتؤدى المساندة الاجتماعية إلى:

- تقوي التجاذب.
- تقوية إرادة الإنسان.
- خفض مشاعر الضغوط.
- تقوية قدرة الإنسان على التحمل.
- تعزز الرغبة في زيادة الارتباط بالآخرين.

الصداقة مهارة اجتماعية

تعد الأسرة وسيط أساسي لعملية التنشئة الاجتماعية، وعن طريقها يكتسب الأبناء المعايير العامة التي تفرض أنماط الثقافة السائدة في المجتمع.

وجمود المعايير أو مرونتها تحددها الأسرة لأفرادها، ويتحدد على ضوئها سلوكها العام في التصرف والتعامل.

ومن تلك الأنماط والمعايير التي تغرسها الأسرة لدى أبنائها، مهارة التواصل مع الآخرين وبنجاح، وإقامة علاقات تؤدي إلى الصداقة، وهذه المعايير مهارات يكتسبها الأبناء.

وحتى يكون التعامل مع الناس سليمًا وحسنًا، يلزم أن يقوم على أسس أولية سليمة وراسخة، ومن هذه الأسس الأخلاق الحسنة.

وتقوم هذه الدراسات الميدانية في مهارات الصداقة على تدريب المهارات الاجتماعية، والتي يستهدف بعضها تحسين مهارات التفاعل الاجتماعي مع الأقران، وتعتمد على:

- **فهم الإدراك الاجتماعي:**

ويشمل الجانب المعرفي المتصل بمهارات الصداقة، والمتمثل في القدرة على الاندماج، أو فهم مشاعر وأفكار الآخرين، باعتباره أحد الشروط الأساسية اللازمة لإقامة علاقة اجتماعية ناجحة تتسم بالمودة والتدعيم المتبادل الناتج عن الإدراك الصحيح لحاجات ورغبات الآخرين، ثم شباعها إشباعًا مناسبًا.

ويشير بووك، إلى أن الاندماج مع الآخرين يمثل لب عمليات التفاعل بين الأشخاص.

فهم قدرة مهارات الصداقة:

يجب أن تتكون الأفكار حول العمليات التي تؤدي إلى الصداقة، وعلاقتها بقدرات الأشخاص على فهم منظور الآخرين للصداقة.

وقد أظهرت هذه العمليات وجود علاقة بين القدرة على فهـــم منظـــور الآخرين وارتقاء التصورات حول الصداقة.

فهم خصال الصديق:

يجب فهم الخصال الشخصية للصديق، والتنبؤ بدقة المعلومـــات الخارجيـــة عنه، مع دوام الصداقة معه من خلال:

- المشاركة الاجتماعية.
- التخاطب: ويتضمن مهارتي الحديث والاستماع.
- التعاون: ويستلزم قدرًا من فهم منظور الطرف الآخر.
- التصديق، أو المساندة الاجتماعية: وينطوي على جـــانبي إظهـــار الاهتمام وتقديم المساعدة.



الصداقة فن واستمتاع

تمنح الصداقة الإنسان أمانًا في الحياة، وتذيقه حلاوة الترحاب، وتخرجه من الوحدة، والإنسان لا يجد نفسه إلا مع من يفهمه، ولا ينطلق على سجيته إلا مع من يألفه.

والفهم والألفة، هما: جناح الصداقة.

ولا صداقه بلا ثقة، ولا ثقة بلا تجربه، والصداقة الحقيقية تنضج على نار الزمن الهادئة.

يقولون صادق من يعجب هو بك، أو تعجب أنت به، لأن الأول يزيدك ثقة، والثاني يقدم لك القدوة الحسنه.

يوجد من يتحدثون عن المستحيلات، ويرون بينها: **الخل الوفي**، فالخل الوفي موجود بحمد الله – إذا أحسن الإنسان الاختيار – وكأن هو أيضًا خلاً وفيًا، لذلك كن أنت ذلك الخل الوفي لأصدقائك.

"على المرء لا تسأل وسل عن قرينه، فكل قرين بالمقارن يقتدي"

الصداقة، كم هي جميلة ومفيدة إذا كانت خارجه عن النفاق والنميمة.

"خاف من عدوك مرة، ومن صديقك ألف مرة"

الصداقة الإلكترونية

تتناقل آلاف البرقيات الإلكترونية علـــى الشــبكة العالميـــة للمعلومـــات Internet، التي تحمل مفهوم الصداقة، والتي تفسر معناها وملامحها، وأهميتها في حياة البشر.

وتقول إحدى البرقيات الإلكترونية:

- أنت صديقي الحقيقي، فأنت الوحيد الذي وثقت به، فلقد ســـاعدتني خلال غضبي، وطردت الخوف بعيدًا عني، وبقيت إلى جانبي عندما تخلى العالم عني وساعدتني على أن أرى البهجة حتى من خلال سماء معتمة، وجذبتني مـــن يـــرى عندما علمت أنني أكاد أقع، وأنا دائمًا أعز صديق لك مع أنني لست بالإنســـان الكامل، وعندما تضيق بك الحياة، ستجدني إلى جوارك لأعيد إليك بسمتك وأرد بعض أفضالك علي.



• وتشرح برقية أخرى سبب الصداقة، فتجيب على هذا التساؤل: لماذا أنت صديقي؟!، لأنك دائمًا هنا من أجلي، لأنني أشعر بالراحة وأنا معك، لأنـــك تستمع إلى باهتمام عندما أشكو لك همي، ولأنك كصديق حقيقي، تتقبلني كما أنا بدون رتوش وتشاركني فرحي وحزني وأوقات يأســـي وتنتشــلني مـــن اكتئـــابي وتشعرني بالأمان!.

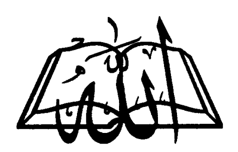


الصداقة في الإسلام

لقد ركز الإسلام في الكثير من مفاهيمه وتعاليمه على أسس وثوابت العلاقات الإنسانية التي تخدم حياة الإنسان، فتبلور مكنونات عقله من خلال علاقة الإنسان بالإنسان، التي تترك تأثيرها على الكثير من جوانب حياته الداخلية والخارجية، باعتبار أن طبيعة العلاقة توفر جوًا من الألفة والمحبة، ما يجعل الإنسان ينجذب إلى الآخر انجذابًا عقليًا وشعوريًا.

وتحدث الإسلام في الكتاب والسنة عن مسألة الصداقة فيما يحتاجه الإنسان إلى هذه العلاقة، باعتبار أن الصداقة تمثل الإنسان في الصديق الذي يساعد الآخر، ويعاونه، ويكون موضع سره وأمانته وأنسه، لأن الإنسان لا يرغب بالوحدة؛ بل يحب أن يعيش مع الآخر.

وربما كانت علاقة القرابة لا تملأ كل ذات الإنسان، فقد يحتاج إلى من يكون قريبًا له في العقل، وفي الروح، ممن يمكن أن تكون قرابته أكثر من قرابة النسب، لأن قرابة النسب تمثل هذا التواصل في الآباء والأجداد، وربما لا يحمل التواصل بين هؤلاء في داخله تواصل العقل بالعقل، والقلب بالقلب، والروح بالروح.



الصداقة في القرآن:

أراد الله من الإنسان أن يعرف كيف يختار صديقه؟، وذلك لخطورة تأثير الصديق في الصديق، وقد تحدث القرآن عن الصداقة بشكلها الإيجابي، كما تحدث عنها بشكلها السلبي.

أما الصداقة في شكلها الإيجابي، فهي الصداقة المبنية على التقوى، وهي أن تصادق الإنسان الذي يعيش تقوى الفكر ... فلا يفكر إلا حقًا، وتقوى القلب ... فلا ينبض قلبه إلا بالخير، وتقوى الحياة ... فلا تتحرك حياته إلا في الخط المستقيم.

وإذا كان الإنسان تقيًا، فلابد من أن يكون: ناصحًا لصديقه، لأن الدين النصيحة – الوفي لصديقه، لأن الوفاء يمثل عنصرًا من عناصر الإيمان – معين لصديقه – مساعدًا له – مناصرًا له – يؤثره على نفسه، لأن ذلك من عناصر أخوة الإيمان.

ثم يحدثنا القرآن عن الصداقة التي سوف تستمر إلى الآخرة، لأن صداقة الدنيا التي ترتكز على قاعدة الإيمان بالله وتقواه، تجد مكانها الرحب في الآخرة، لأن الآخرة هي مواقع رضوان الله ونعيمه.

قال تعالى:

"الإخلاء يومئذ بعضهم لبعض عدو إلا المتقين"

فالمتقي، تبقى صداقتهم وخلتهم خالدة، لأنها انطلقت من الموقع الثابت، فلا زوال لها بالموت؛ بل تمتد لتكون حياة المحبة في الدار الآخرة، كما كانت حياة المحبة في دار الدنيا.

الأصدقاء في الآخرة:

يحدثنا القرآن عن الصداقة في الآخرة، وذلك عندما يلتقي أصدقاء التقوى، وأصدقاء الإيمان في الجنة.

قال تعالى:

"ونزعنا ما في صدورهم من غل"

فقد جاءوا إلى الآخرة، وليس في قلوبهم أي حقد؛ بل كانت المحبة تغمر قلوبهم، لأن محبة الإنسان لله تجعله يحب الناس الذين يلتقي بهم ليتعاون معهم، ويحب الناس الذين يختلف معهم ليهديهم، ولذلك فأن تكون مؤمنًا يعني أن تغمر المحبة قلبك؛ بحيث تطرد الحقد منه.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"اللهم اهدِ قومي فإنهم لا يعلمون"



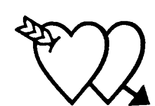
أصدقاء الخير:

يؤكد القرآن على المجتمع الذي تصادقه وتعيش معه، فمن هم هؤلاء الذين تعيش معهم وتصادقهم؟.

"واصبر نفسك مع الذين يدعون ربهم بالغداة والعشي يريدون وجهه، ولا تعد عيناك عنهم تريد زينة الحياة الدنيا، ولا تطع من أغفلنا قلبه عن ذكرنا واتبع هواه، وكان أمره فرطًا"

والحديث هنا مع رسول الله – صلي الله عليه وسلم، والله يخاطب النـــاس بأسلوب خطابه لرسوله، ليعرف الناس أهمية هذا الخطاب، لأن الله إذا كان يطلب أمرًا من رسوله، وهو حبيبه وأقرب الخلق إليه، فكيف لا يطلبه من الناس؟، فمعنى ذلك أن لهذا الأمر أهمية بالغة.

عليك أيها الإنسان أن تصادق الذين يعبدون الله ويخلصون له، لأن هؤلاء هم الذين يزيدون إيمانك، وهم الذين يحفظون لك ودك، ويفون لك الوعد.



أصدقاء السوء:

يحدثنا القرآن عن الأصدقاء في الجانب السلبي، الذين يعيش الإنسان في الآخرة في حسرة من صداقته لهم.

قال تعالى:

"ويوم يعض الظالم على يديه يقول يا ليتني اتخذت مع الرسول سبيلاً، يا ويلتي ليتني لم أتخذ فلانًا خليلاً، لقد أضلني عن الذكر بعد إذ جاءني، وكان الشيطان للإنسان خذولاً"

والمراد بالظالم الذي ظلم نفسه بالكفر أو بالضلال والمعصية، يا ليتني عشت في خط الرسول – صلي الله عليه وسلم – وكان لي طريق إليه وإلى رسالته في ما تمثله من الهداية إلى الله، فينادي بالويل والثبور وعظائم الأمور – أي ليتني لم أتخذ فلانًا صديقًا، لماذا؟، فلقد جاء ذكر الله على لسان رسوله، وكان عقلي وقلبي منفتحًا عليه، وجاء هذا الإنسان فكان حاجزًا بين عقلي وذكر الله، فانحرف بعقلي وقلبي عن مساره الطبيعي، ثم عندما واجهت الموقف المصيري خذلني شيطان الجن أو شيطان الإنسان، لا فرق.

قال تعالى:

"إن الشيطان لكم عدو"

ماذا يصنع العدو مع عدوه؟ ... ينصحه أو يضله؟.



كيف تختار صديقاً؟:

الصديق، رفيق الإنسان، ليس في الدنيا فحسب؛ بل في الآخرة أيضًا، ومن هنا تأتي أهمية الأصدقاء، وخطورة انتخابهم.

إذا كان الصديق يكشف عن هوية صديقه، وعن موقعه في الحياة، حتى قيل: "قل لي من تصادق أقل لك من أنت".

• هل كل الناس جديرون بالصداقة؟، وهل الأصدقاء كلهم على قدر متساوٍ في ضرورة تكوين العلاقة معهم؟.

إن الإسلام يجيب على ذلك بتوضيح حقيقتين، هما:

– ليس كل الناس جديرين بالصداقة؛ بل يجب على الإنسان أن يختار الأصدقاء من بين الناس، كما يختار الطير الحب الجيد من الحب الرديء.

– يجب على الإنسان أن يكون معتدلاً في صداقته، فلا إفراط ولا تفريط حتى مع الجيدين.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"أحبب حبيبك هونًا ما، عسى أن يكون بغيضك يومًا ما، وأبغض بغيضك هونًا ما، عسى أن يكون حبيبك يومًا ما"

وهذه حقيقة مهمة في الحياة، لأن الناس ليسوا جدرانًا، أو أحجارًا؛ بل هم بشر تؤثر فيهم المؤثرات الاجتماعية، فمن كان منهم جيدًا الآن، فلا يعني أنه سيبقى كذلك إلى الأبد، ومن كان رديئًا، فلا يعني أنه سيبقى كذلك إلى الأبد، فلا يجوز أن تكون الصداقة مطلقة، وبلا حدود؛ بل يجب أن تكون مسيجة بحدودها المعقولة، ومحدودة بمقاييسها الإنسانية.

ويتساءل الإنسان:

- كيف هم أصدقاء الخير؟.
- كيف هم أصدقاء السوء؟.

والجواب: عن طريق الامتحان!، فلا يجوز أن نثق كل الثقة بالصديق إلا بعد امتحانه، فلا يكفي أن يضحك في وجهك إنسان، حتى تتخذه صديقًا، فالنفوس مثل المغارات لا يمكن اكتشافها بمجرد لقاء عابر، فكما لا يمكن اكتشاف المغارة من بوابتها؛ بل لابد من الدخول فيها، والغوص في أعماقها، وعندئذ سيكتشف الإنسان، إما مناظر جميلة خلابة، أو ثعابين وعقارب، كذلك النفوس لا تكشف إلا بالامتحان.

إذًا، كما يقلب الناقد الذهب قبل اقتنائه، لابد أن يقلب الإنسان أصدقائه قبل اختيارهم شركاء الحياة.

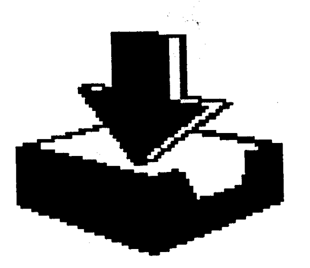
انتبه!:

وليس الصديق من يحبك وتحبه فقط، أو يثق بك وتثق به فحسب؛ بل الصديق الجيد، هو من يجمعك وإياه مبدأ واحد، فليس الحبيبان من ينظر أحدهما إلى عيني الآخر؛ بل الحبيبان من ينظر كلاهما إلى مبدأ واحد.

فمن يجمعك معه المبدأ الواحد، فهو صديق أساسي، حتى لو لم تكن أجواء المحبة سائدة بينكما من قبل، فطالما يجمعكم المبدأ، فهو صديق له قيمته، لأن المحبة قد تزول، ولكن المبدأ باقي.

إن الصديق في الله، هو الذي لا يتغير، مهما تغيرت الظروف، لأن الله تعالى لا يتغير، ومبادئه لا تزول، وصديق المبدأ يبقى ببقائه.

أما الصديق الذي يجمعك وإياه عمل محدود، أو مكسب مؤقت، أو تجارة عابرة، فإن علاقتكما ستنتهي عندما يبور العمل، وكذلك أيضًا صديق الوظيفة، أنه سوف ينساك عندما تتغير الطاولة الواحدة التي كانت تجمع بينكما.



كيف نمتحن الأصدقاء؟:

فيما يلي ست طرق لامتحان الأصدقاء، هي:

الطريقة الأولى: الامتحان الروحي:

إن المحبة مثل إشارة التلغراف، فإذا شعرت بالمحبة في دقات قلبك، تجاه إنسان، فاعرف أنه – هو الآخر – يشعر بمثل ما تشعر به في قلبه.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"الأرواح جنود مجندة ما تعارف منها إئتلف، وما تناكر منها إختلف"

ولكن هذه العملية بحاجة إلى أن تتعرف على نفسيتك، وعواطفك، وضميرك بشكل جيد، حتى تميز بين إشارات الغريزة، وبين موجبات العاطفة الصادقة.

إن التآلف بين الأصدقاء يبدأ من الائتلاف الروحي، والأرواح، هي التي تكتشف بعضها، قبل أن تكتشفها الأجسام، ومن هنا فإنك قد تلتقي بإنسان لأول مرة، فتخال بأنك تعرفه منذ أمد طويل، وعلى العكس قد تجاور إنسانًا مدة طويلة، ولكنك لا تشعر تجاهه بأي انسجام.

قال تعالى:

"إذا جاءك المنافقون قالوا نشهد أنك لرسول الله، والله يعلم إنك لرسوله، والله يشهد أن المنافقين لكاذبون"

لأن القلوب لم تشهد على صدق شهادتهم، ومن هنا كان كلامهم كذبًا.

الطريقة الثانية: الامتحان في السفر:

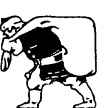
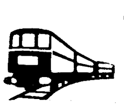
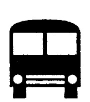
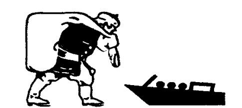
في السفر يخلع الإنسان ثياب التكلف عن نفسه، فيتصرف بطبيعته، ويعمل كما يفكر.

ومن هنا، فإنك تستطيع أن تمتحنه بسهولة.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"لا تسمي الرجل صديقاً حتى تختبره بثلاثة خصال: حين تغضبه، فتنظر غضبه، أيخرجه من حق إلى باطل؟، وحين تسافر معه، وحتى تختبره بالدينار والدرهم"



الطريقة الثالثة: الامتحان في الشدائد:

الصديق الجيد من يكون موقفه منك جيدًا، حينما تكون في شدة، ويكـون معك حينما يتبرأ منك الآخرون، ويصدقك حينما يكذبك الآخرون، كما كانـت السيدة **خديجة** - رضي الله عنها - مع رسول الله - صلي الله عليه وسلم - ومن هنا كثيرًا ما كان يذكرها بعد وفاتها، وذات مرة، قالت لـه: السـيدة **عائشة** - رضي الله عنها - إنك لا تفتأ تذكر خديجة، وقد عوضك الله خيرًا منها!، فقال لها رسول الله - صلي الله عليه وسلم:

"مه يا عائشة!، إن الله لم يعوضني خيرًا منها، فقد صدقتني حين كذبني الناس، وأوتني حين طردني الناس، وآمنت بي حين كفر بي الناس"

فهي كانت صديقة الشدة ... لا الرخاء، ولذلك لم يفتأ رسول الله - صلي الله عليه وسلم - يذكرها ويستغفر لها الله.

قد يتعرض إنسان للإيقاف عن العمل - تجربة حقيقيـة - فيتـبرأ منـه أصدقاؤه، ويبررون ذلك بقولهم: إن صداقة فلان أصبحت تكلف!.

إن هؤلاء ليسوا أصدقاء جديرين بالصداقة!، لأنهم يبحثون عـن صـديق يكلفوه لا من يتكلفون له.

قال رسول الله - صلي الله عليه وسلم:

"يمتحن الصديق بثلاثة، فإن كان مؤاتيًا فيها، فهو الصديق المصافي، وإلا كان صديق رخاء لا صديق شدة: تبتغي منه مالاً، أو تأمنه على مال، أو مشاركة في مكروه"

فقبل أن تتخذ أي إنسان صديقًا، اختبره في أية مصيبة تحل بك سواءً كانت مطاردة أو مصيبة إفلاس، أو غربة ... وغيرها.

الطريقة الرابعة: امتحانه في حب التقرب إليك:

بإمكانك اختبار صديقك، عبر اختبار حبه للتقرب إليك في الأمور التالية:

- هل يرتاح إلى مجالستك؟.
- هل يحب أن يستمع إليك؟.
- هل ينشر الأعمال الصالحة التي تقوم بها؟.
- هل يحول كسب رضاك، وإدخال السرور إلى قلبك؟.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"صديق المحبة في ثلاثة: يختار كلام حبيبه على كلام غيره، ويختار مجالسة حبيبه على مجالسة غيره. ويختار رضي حبيبه على رضي غيره"

فإذا توفرت في صديقك هذه الصفات، فهو حقًا صديق المحبة.

الطريقة الخامسة: الامتحان عند الحاجة:

لاشك أن أصدقاء الأخذ كثيرون، أما أصدقاء العطاء فهم قلة، وهم الجديرون بالصداقة، لأنهم أصدقاء الإنسان، لا أصدقاء جيبه!.

وحتى تعرف أي إنسان:

- جربه عند الحاجة إليه، وانظر هل يقدر حاجتك أم لا؟، وهل يهتم بك، وأنت محتاج؟.

إن الناس عادة على نوعين:

النوع الأول: الذين يقضون حاجات الناس، من دون أن يكونوا مستعدين للتضحية في سبيل ذلك، وإنما بمقدار ما يتيسر لهم من الأمر.

النوع الثاني: الذين يؤثرون على أنفسهم، ولو كان بهم خصاصة - حسب تعبير القرآن.

والمطلوب ليس النوع الثاني دائمًا؛ بل الأول على الأقل، أما من كان يرفض الإنسان عند الحاجة إليه، فهو غير جدير بالصداقة في هذه الحياة.

قال الرسول - صلي الله عليه وسلم:

"ثلاثة لا تُعرف إلا في ثلاثة، لا يُعرف الحليم إلا عند الغضب،

ولا الشجاع إلا عند الحرب، ولا الأخ إلا عند الحاجة"

ولمعرفة الصديق، جربه، في الطلب منه، وحينئذ تعرف كيف يتصرف معك؟.

ولا تنس حينما يحتاج إليك الناس، إنك ستحتاج إليهم يومًا، ولا تبخل على نفسك بقضاء حوائجهم، حتى لا يبخلوا عليك، حين الحاجة إليهم.

الطريقة السادسة: الامتحان في حالة الغضب:

كل إنسان يظهر على حقيقته في حالة الغضب، فيبدو للآخرين في صورته الواقعية، ويقول حينئذ ما يفكر به، لا ما يتظاهر به.

فقد يكون هناك إنسان يجاملك، ويقدم لك كلمات المحبة في كل وقـــت، فإذا أغضبته، قال الحقيقة التي طالما سترها عنك.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم:

"إذا أردت أن تعلم صحة ما عند أخيك فأغضبه، فإن ثبت لك على المودة، فهو أخوك، وإلا فلا!"



من صديقك؟

قد يفاجئك البعض بسؤال:

- **من هو صديقك؟.**

وبعفوية مفرطة وتلقائية تكون إجابتك سريعة للتعرف عن ذاك الصديق؟.

وأحرى بك أن تتريث قبل الإجابة لتفكر، فقبل أن تمنح مفاتيح الثقة لأي كان – في التأني السلامة، وفي العجلة الندامة – فأغلبية البشر أصبحوا يجيدون الظهور على المسرح وإتقان فن التمثيل من دراما وتراجيديا، وحتى الحب أصبح من الأدوار المهمة والمتقنة وأيما إتقان يأسر القلوب ويعمي البصيرة.

إن كنت ممن قلبه يتولى زمام أمره، فإنك مهزوم لا محالة، لأنه يلمس أوتار القلب منك لتنظر إليه من منظارك لذاتك البريئة العفيفة – كل يرى الناس بعين طبعه – ربما يحتم عليك التنازل عن شكوك والاستعاضة عنها بحسن الظن، فلقد أتقنوا عليك فن المجاملة المصطبغة بالمحبة الخالصة والكرم والعطاء، وذاك الأسلوب المنمق في التعامل والكلمة التي تأسرك من دون قيود.

من هنا يكون لك الصديق الأمثل إلى أن يأتي، حين تنجلي فيه الأمور وتظهر الحقيقة المؤلمة بعد سقوط الأقنعة المزيفة، وما كانت تهدف إليه من أغراض ومصالح شخصيه تجعل كل ما أمامك ينهار في لحظة لم تكن تتوقعها، وبعد فوات الأوان، ومن يأتي اللوم على نفسك لثقتك المفرطة، والتي أعطيت لأولئك المتجردين من الإنسانية، بالتمادي في الاستغلال بياض فؤادك وكرمك للوصول إلى أهدافهم؟.

وفي معظم الأحيان نستهين بمعنى الصداقة، ونرضى بقبول أي إنسان كائنًا ما يكون بالتقرب إلينا وإدخاله في دائرة معارفنا، وإن رأينا منه عيبًا وسلوكًا منحرفا، ونقول: كلنا عيوب وذاك شأنه ما دام لا يظهر لنا إلا الخير.

في حين أن نظرة الآخرين نحونا تختلف عما نضمره نحن من خير ومودة وألفة لكل من حولنا، فتكثر التساؤلات ونحن نسبح في هذه الأرض، ولا ندري في أي تيار جرفنا، وإلى أي مصير سرنا وبإرادتنا أتحنا الفرصة لأولئك والمتملقين والوصوليين المخادعين لتحقيق أطماعهم وطموحاتهم من خلال تساهلنا وثقتنا وإيماننا بهم كأصدقاء.

صديقي القارئ ...

- هل صديقك حقًا، ذاك الذي أفصحت عنه منذ الوهلة الأولى؟.
- هل هو الصاحب في السفر؟.
- هل هو صديق وقت الشدة، أم تراه الودود في وقت الرخاء؟.

إن الصداقة شيء مهم في حياتنا لما لها من عظيم الشأن، والأثر في استدراك الأمور وتفاديها أو الاستمرار فيها، إنها المحبة الخالصة التي قد صبغت بصبغة روحية للتآلف بين القلوب فتجمعها على المودة والرحمة والكلمة الطيبة، فعند حلول الشدائد تتآزر الأفئدة، لتصبح قوة لا تقصفها الرياح، أما في لحظات الفرحة يجتمع شملها على المحبة والغبطة والسرور.

الصديق، هو: من صدقك، وليس من صادقك – من آثرك، وتأثرت به – رحمك – اطمأن لوجودك إلى جانبه.

إن كل إنسان يتوق إلى مصاحبة من يتصف بمكارم الأخلاق، ويتقرب ممن هم أهل لها ليشار إليه بالبنان – هو ذا صديقي – الصادق الصدوق الخير الأمين.

لـــذا

يجب أن نختار من يعبر معنا عن هذا المعنى الأخلاقي الكبير – صـــديق –، فالصادق لا يصاحب كذابًا، والإنسان المتواضع لا يصاحب مغرورًا، فـــالمغرور إن رأى منك حسنة نسبها إليه، وإن بدت منه الإساءة نسبها إليـــك، والمخلـــص لا يصاحب مخادعًا أو منافقًا، والعكس تمامًا، وإن حدث ذلك تكن صحبة مؤقتـــة لا تلبث أن تقتلعها الرياح العاتية، حتى وإن كان هواء باردًا طيارًا، لأنها صداقه واهية أحد طرفيها هشًا ليس له قاعدة أو أساس تتكئ عليه ولا تدوم طويلاً.

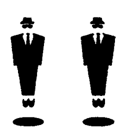
الصداقة، لها معنى كبير لا يستهان به، وما أحوجنا إليها، فكما نحتاج للماء والهواء نحتاج حتما إلى الصداقة الحقة.

ومما سبق، نتبين أنه يجب التريث والتأني والتـــردد في اختيـــار الصـــديق، والإفصاح عنه من البدء ... إذ يجب علينا التأكد من ماهية تلك النفس الملتصقة بنا على الدوام، فليس ضروريًا أن يكون كل من عرفناه وتحدثنا إليه وصحبناه يستحق كلمه صديق، فالإعلان عنه لمن حولك ينبئهم بمن تكون، إذ تتراءى لهم كثير مـــن الصور والمعاني، التي سرعان ما تتركز في أذهانهم بما يعرفونه عـــن ذاك الإنســـان، وينتهي بهم الأمر إلى أنك أنت ذاك الصديق.

والمتعارف عليه ما ندركه نحن من خلال تجارب الحيـــاة، إن العلاقـــات لا تقوم إلا على النماذج المتشابهة، فكل يلوذ إلى وليفه، والنفس مائلـــة إلى أشـــكالها والطيور واقعه على أمثالها.

فلا تصاحب الشرير، فإن طبعك يسرق من طبعه خلسة وأنت لا تعلم.

ويقول أحد الحكماء: ويبقى الصالح من الرجال صالحًا حتى يصاحب فاسدًا، فإذا صاحبه فسد، مثل ماء الأنهار تكون عذبة حتى تخالط ماء البحر، فإذا خالطتـــه ملحت وأفسدها.



من الجدير بالمصادقة؟

ترجع الحكمة من اختبار الأصدقاء، للأسباب التالية:

- إن هذا الزمن زمن جور، فيجب على الإنسان الحذر، لأنك ستعطي صديقك الثقة، وتبوح له بكل أسرارك، وتكون مكشوفًا أمامه.
- قد يخطئ الإنسان في اختيار صديقه، ولا يعرف حقيقته، وبالاختبار يعرف الإنسان عيوب صديقه، فإما أن يحاول أن يصلحه، أو أن يبتعد عنه إذا دعت الحاجة والموقف لذلك.
- إذا طرأت تغيرات معينة في الصداقة، فيكون الاختبار هو الكاشف لتلك المتغيرات.

الجديرون بالمصادقة:

- من قل شقاقه.
- من إذا خدمته صانك.
- من يرغب فيك وإليك.
- صاحب الأخلاق الحميدة.
- من إذا قلت حقًا صدق قولك.
- من إذا رأى منك حسنة عدها.



من لا تجدر مصادقتهم:

- من إذا حدثته ملك.
- متتبعو عيوب الناس.
- الغضبون وشديدو الغيظ.
- من إذا مانعته هتك وافترى.
- من إذا فارقته ساءك مغيبة بذكر سوءاتك.

أما بالنسبة لموقفنا تجاه من لا تجدر مصادقتهم: أن لا نترك هؤلاء الناس، فإذا ابتعدنا عن مسئولية المصادقة بهؤلاء الأشخاص، فإن ذلك يدعوهم لمصادقة من هم على شاكلتهم وأكثر، لكن صداقتهم ربما من خلالها استطعنا تغييرهم إلى الأفضل واستنقاذهم من جحيم الرذيلة إلى جنة الفضيلة.

إذا كنت في قوم فصاحب خيارهم ولا تصحب الأردي تترى مع الردي

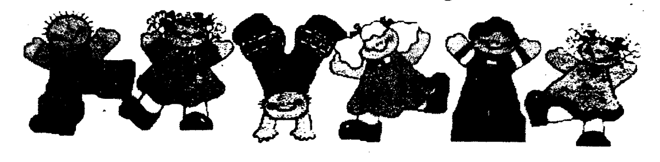


كيف تكسب الأصدقاء؟

يقول ديل كارنيجي، في كتابه: **كيف تكسب الأصدقاء؟**: إن الإنسان يستطيع كسب المزيد من الأصدقاء من خلال غريزة إلهية؛ حيث يهتم بالآخرين، وإذا حاولنا استمالة الآخرين حتى يهتموا بنا فقط، فلن نكسب الكثير من الأصدقاء المخلصين، لأن الأصدقاء الحقيقيين لا يكتسبون بهذه الطريقة.

وإذا أردنا بالفعل أن نكسب الأصدقاء دعنا نحيي الناس بود وحماس، وعندما يتصل بك أحد هاتفيًا استعمل الطريقة النفسية التي تظهر ابتهاجك للحديث معه، وإذا لم تشعر بالرغبة في الابتسامة، فعليك أن تجبر نفسك على الابتسام، وإن كنت وحيدًا، وأجبر نفسك على ترنيم لحن أو أغنية، وتصرف وكأنك سعيد، وهذا ما سيجعلك سعيدًا بالفعل.

ويضيف: فكر دائمًا، بأن عليك أن ترفع رأسك، وتملأ رئتيك بالهواء كلما خرجت من باب منزلك، وألق التحية على أصدقائك وأنت تبتسم، وبث الروح في كل مصافحة، ولا تخش إساءة فهمك، ولا تضيع لحظة في التفكير بأعدائك، وحاول أن تثبت في ذهنك الأمر الذي تود فعله، ومن دون الحياد عن الطريق ستسير إلى هدفك مباشرة، واحتفظ بمنهج عقلي صحيح مع أصدقائك: منهج الشجاعة والصراحة والمرح.



والصينيون القدامى، هم أكثر الناس حكمة وتعقلاً، ولهم حكمة يجب ألا ننساها:

"الإنسان الذي لا يملك وجهًا باسمًا يجب ألا يفتح محلاً تجاريًا"

ويشير **ديل كارنيجي**، إلى أنه إذا أردت أن تكسب مودة الناس، وتكسب صداقتهم، فعليك أن تكون مستمعًا جيدًا لبقًا، وشجع الآخرين للتحدث عن أنفسهم، فالإنسان الذي تتحدث إليه يهتم بنفسه وبرغباته ومشكلاته أضعاف ما يهتم بك وبمشكلاتك، فالإنسان الذي لا يفكر إلا بنفسه هو إنسان جاهل مهما تكن درجة علمه.

وهناك مبدأ مهم في السلوك الإنساني، فإن سرنا عليه لن نقع في أي مأزق وسنكسب بواسطته عددًا لا يحصى من الأصدقاء وسعادة دائمة، ولكن عندما نتجاوز هذا المبدأ، فإننا سنواجه متاعب لا متناهية.

هذا المبدأ، هو:

"أن تجعل الإنسان الآخر يشعر بأهميته"

فالرغبة في الشعور بالأهمية هي أعمق حافز في الطبيعة الإنسانية.

وأعمق المبادئ في طبيعة الإنسان، هي التماس التقدير والثناء، وهذا الحافز المسئول عن الحضانة نفسها.

وكان **الفلاسفة**، يسعون لإيجاد قواعد للعلاقات الإنسانية منذ آلاف السنين، ولم يستطيعوا إيجاد سوى قاعدة واحدة،هي في غاية الأهمية إلا أنها ليست حديثة؛ بل هي قديمة قدم التاريخ، وهي:

"عامل الناس بما تحب أن يعاملوك به"

وكل إنسانًا يحب استحسان الناس واعترافهم بقيمتك الحقيقية وشـعورهم بأهميتك بالنسبة لعالمك الصغير، لكنك لا تريد أن تسمع إطراء رخيصًا وكاذبًا؛ بل تلتمس التقدير المخلص.

أنت ترغب أن يكون أصدقاؤك ومعاونوك صادقين في تقديرهم وكرماء في مدحهم.



فن بناء العلاقات مع الأصدقاء

يتم بناء العلاقات مع الأصدقاء وفقًا لما يلي:

- إشعار الأصدقاء بأهميتهم، وذلك من خلال:

– اقنع نفسك بأن كل الأصدقاء مهمون.

– وجه الاهتمام لهم من خلال ملاحظتك إياهم، وما يقومون به.

– أبلغه أنه ترك لديك انطباعًا جيدًا، وأمثل طريقه لذلك أن تجعله يدرك أنه قد أثر فيك، وأنه قد ترك انطباعًا في نفسك.

- الود الفوري والصداقة السريعة، عليك بـ :

– حافظ دائمًا على: الهدوء والابتسامة.

– تذكر دائمًا أن معظم الناس تواقون إلى الود والصداقة مثلك تمامًا.

– لا تقم بامتهان نفسك من أجل استثارة مشاعر الود في نفوس الأصدقاء.

- أنشئ انطباعًا أوليًا جيدًا لدى الأصدقاء، فلابد لك:

– كن بشوشًا ودودًا.

– البدء بنغمة أساسها المودة.

– مكن الطرف الآخر من أن يعرف أنه قد ترك في نفسك انطباعًا جيدًا عنه.

– يحكم الآخرون عليك من خلال أرائك في كل الأشياء، وليس من خلال رأيك في نفسك فقط.

- انتق الكلمات الجيدة.
- انتقد، ولكن بدون حرج.
- امدح الأصدقاء واثني عليهم.
- اجذب الأصدقاء نحو وجهة نظرك.
- اجعل شخصيتك جذابة، وذلك من خلال:

– المظهر اللائق.

– لا تكن تقليديًا عند الثناء والمجاملة.

– لابد لك من المرح والإشراق والتفاؤل.

– صافح الأصدقاء بثبات وحزم غير مبالغ فيه.

– اجعل خطواتك ذات جرأة واثقًا من نفسك.

– أضف صفة الحماسة إلى شخصيتك وتصرف بحماس.

– اجعل نبرة صوتك تعبر عن الثقة، وتكلم بوضوح، وبلا تردد.

– كن ذا لباقة، فإن أردت حب الناس كن شغوفًا بهم، فلا تجعل لسانك يخونك قط.

– عليك أن تصبر على الآراء والأفكار التي ترى في قرارة نفسك أنها غير متفقة معك.

– يجب أن يعرف الآخرون أنك تقدرهم وتقدر قيمتهم وعاملهم على أساس أن لهم قدرًا لديك، ووجه لهم الشكر دائمًا، وأشعرهم بأنك تخصهم بها وحدهم.

الاهتمام بالأصدقاء

الاهتمام بالأصدقاء ... بطاقة الدخول إلى قلوبهم

صديقي القارئ ...

إن من أوثق واضمن الطرق لدخول قلب الإنسان الآخر ... سواءً كان رجلاً أو امرأة، هي: معرفة الشيء الذي يرتبط به عاطفيًا، ومنحه الفرصة والوقت الكافي حتى يفصح عنها، فإذا كنت ترغب في خلق انطباع حسن عند الآخرين، فلابد وأن تهتم بصدق وإخلاص.

وبدون هذا الاهتمام الصادق، فإن الصفات الحسنة الأخرى لن تكون قادرة على إعطاء هذا الانطباع الحسن عنك عند الآخرين.

إن اهتمام الإنسان بالآخرين كأشعة المحبة المشرقة الصافية التي تمتد وتتسلل في هدوء إلى مجمدات الإنسان الآخر الذي يعاني من وحدة، أو أزمة، أو ألم، فتخفف عنه، وتعيد الرضاء إلى نفسه، والثقة إلى قلبه، والبسمة إلى شفتيه.

والصديق، هو الأقدر على إيجاد مثل هذا الاهتمام الذي يمنح الآخرين الدفء والحنان والراحة.



الثقة بين الأصدقاء

أساس التعامل مع الأصدقاء، هو: الثقة بهم، وضعف الأصدقاء وأخطاؤهم لا تعني فقدان الثقة بهم.

بناء الثقة:

حتى يمكنك كسب ثقة الأصدقاء، عليك بمراعاة ما يلي:

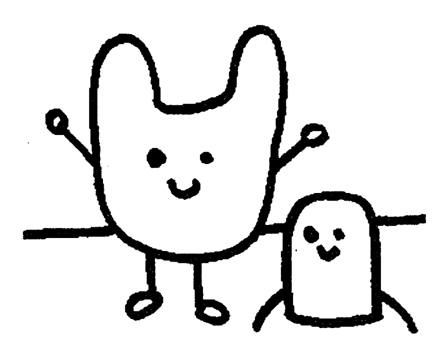
- إصلاح نفسك أولاً، ثم إصلاح الأصدقاء، والملاحظ أن كثيرًا من الناس يفقد الثقة بنفسه، فكيف يوجدها ويزرعها في الأصدقاء.
- التحفيز.
- استمع إليهم.
- العفو عن زلاتهم.
- أخلص النصيحة لهم.
- إنزال كل واحد منزلته.
- فهم كل إنسان على حده.
- الاعتذار إليهم إذا أخطأت.
- أن تحب لهم ما تحب لنفسك.
- أن تتناسب العقوبة مع الخطأ.
- شكرهم على معروفهم، أو عند كف أذاهم.
- معرفة ظروف الأصدقاء وحاجاتهم وسلوكياتهم أساس للثقة بهم.

نتائج بناء الثقة بين الأصدقاء:

ينتج عن بناء الثقة بين الأصدقاء، ما يلي:

- ربطه بالله.
- الحرص على تكميل إيمانه وثقته بالله.
- تقوية معرفته وإيمانه بالقضاء والقدر.
- ذكر نماذج من السلف، وكيف ارتفعوا باستثمارهم مواهبهم وتنميتها؟.
- الوقوف بجانبه في بداية الأمر وتوجيهه ومراقبته وتصحيح مساره أولاً بأول.
- تنبيهه بأنه يملك ثروة كبيرة من الطاقات والقدرات، وكل من حوله كذلك.
- إجراء اختبار للإنسان لمعرفة مقدار ثقته بنفسه، ومدى توفر عوامل الثقة ونقصها.
- يوجه إلى ما يحسنه من عمل، وما تميل إليه نفسه، ليبدع فيه فتنمو ثقته بنفسه وبطاقاته وقدراته.
- إبراز طاقاته وقدراته، مع عدم المبالغة والإفراط في المدح المؤدي إلى الرضا بالحال التي هو عليها.
- يوجه إلى أن الخطأ هو طريق الصواب، وأن الكل يمكن أن يقع في نفس الخطأ، وأن يعاود المحاولة ولا ييأس، وأنه بإمكانه استثمار الخطأ، وجعله في قالب النجاحات.

- معرفة أثر البيئة في نفسيته.
- دفعه للمغامرة أحيانًا لتزول الهيبة، ويكتسب الثقة.



هل أنت محبوب من قبل أصدقائك؟

لكل إنسان رغبة في الاستئثار بإعجاب الأصدقاء، والاستحواذ على ثنائهم سمتهم من سمات الحياة الشخصية المحبوبة قد تحظى بإعجاب الناس، ولكن مثل هذا الإعجاب يتبدد كالدخان في الهواء، إذا لم يسانده جمال الروح، وأهم عنصر في جمال الروح هو الجاذبية.

وإليك عشر قواعد تشكل أهم مقومات الشخصية الجذابة:

القاعدة الأولى: التفكير في الخير:

حتى تكون جذاب، لابد أن تتصرف دائمًا بنفسية الخير.

القاعدة الثانية: التفكير بهدوء:

من الأفضل عند التفكير في موضوع ما، أن تكون نفسيتك مرحة وهادئة، حتى يمكنك البت في الأمور بطريقة سلسة وغير معقدة، أما عندما تكون نفسيتك كئيبة، فلا تحاول أن تحسم في أمر ما، حتى لا يشوب النتيجة الخوف والقلق.

القاعدة الثالثة: الصدق:

الصدق صفة أساسية من صفات الجاذبية، فهو واجبة التفكير مع النفس، وفي التفاؤل مع الغير.

أما الإنسان ذو الوجهين أو المحب لذاته والمشاكس لغيره، فهل ستكون برأيك ... شخصية جذابة؟!.

القاعدة الرابعة: فهم الأصدقاء:

من المستحسن محاولة فهم مشكلات الأصدقاء، وأن تكون إنسان مجامل ليس فقط في المناسبات الكبيرة؛ بل في الصغيرة أيضًا، كما يجب احترام أحزان الأصدقاء وإبداء السرور في أفراحهم.

القاعدة الخامسة: علم الاستماع:

الاستماع للآخرين يجعلك شخصية جذابة، لأن الإنسان الذي يتقن فن الاستماع لأحاديث الأصدقاء يكون محبوبًا منهم، كما يجب أن تترك للآخرين حرية الحديث، ثم تشارك فيه بعد ذلك .

القاعدة السادسة: التواضع:

يعتقد الكثيرون في قرارة أنفسهم أنهم لا يقلون عن الأصدقاء في أي شيء، لذلك فالتعالي عليهم قد يؤثر على علاقتهم بك، ويتمثل ذلك في طريقة الحديث والتصرف غير اللائق، بينما التواضع يكسب صاحبة دائمًا محبة الأصدقاء.

القاعدة السابعة: التفاؤل المعقول:

المتفائل محبوب دائمًا، فهو يجعل الأصدقاء يرون العالم بمنظار الواقع، ولكن هذا التفاؤل يجب أن يكون في حدود المعقول، وألا يتطرق إلى الخيال، والمتفائل لا يعترف باليأس، ولكنه يجدد دائمًا الأمل في حل مشكلاته وفقًا لإمكاناته.

القاعدة الثامنة: إظهار الإعجاب في الوقت المناسب:

يحب كل إنسان أن يتلقى المديح، ولكن ليس إلى درجة النفاق، فالإنسان يحتاج إلى المجاملة وإظهار الإعجاب الذي يجدد الثقة في النفس، ولكن يفضل أن تظهر هذا الإعجاب في محلة بكلمة مخلصة في الوقت المناسب والطريقة المناسبة.

القاعدة التاسعة: عدم البوح بالمتاعب الخاصة:

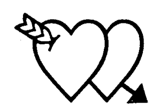
الحزن والألم والضيق، عناصر موجودة أصلاً في الإنسان، ولا يمكن له التخلص منها، ولكن لابد من إخفائها أو تقليلها قدر الإمكان حتى لا يسأم الآخرون، لأنهم غير مجبرين على المشاركة في أحزاننا.

القاعدة العاشرة: تقبل النقد البناء:

من الجيد استقبال نقد الأصدقاء برحابة صدر، إذا صدرت عن أناس مخلصين لا يبغون سوي المساعدة ألحقه، وقد يصدر هذا النقد من أناس حاقدين، ولكن في الحالتين من المستحسن أن تتقبل ما يوجه إليك من نقد بابتسامة، ومهما كان الثمن مع ما يفرضه ذلك من التحكم بالعقل والسيطرة على المشاعر.

صديقي القارئ...

أتمنى أن تكون شخصيتك جذابة ومحبوبة دائمًا.



نصائح صديق

للصداقة آدابًا قل من يراعيها، ولذلك فإننا كثيرًا ما نجد المحبة تنقلب إلى عداوة، والصداقة تنقلب إلى بغضاء وخصومة، ولو تمسك كل من الصديقين بآداب الصداقة لما حدثت الفرقة بينهما.

ومن آداب الصداقة التي يجب مراعاتها:

- أن تكون الصداقة في الله.
- أن يسأل عليه إذا غـاب.
- أن يصبر على أذى صديقه.
- أن ينشر محاسنه، ويذكر فضائله.
- أن يحب له الخير كما يحبه لنفسه.
- أن يكون الصديق ذا خلق ودين.
- أن يكون الصديق ذا عقل راجح.
- أن يستر عيوب صديقه، ولا ينشرها.
- أن يزوره في الله، لا لأجل مصلحة دنيوية.
- أن يكون عدلاً غير فاسق، متبعًا غير مبتدع.
- أن يكون وفيًا لصديقه مهما كانت الظروف.
- أن يصبر عليه في النصيحة، ولا ييأس من الإصلاح.
- أن ينصحه برفق ولين ومودة، ولا يغلظ عليه بالقول.
- أن يعوده إذا مرض، ويسلم عليه إذا لقيه، ويجيبه إذا دعاه، وينصح له إذا استنصحه، ويشمته إذا عطس، ويتبعه إذا مات.

- أن يقبل معاذيره إذا اعتذر.
- ألا يكثر عليه اللوم والعتاب.
- أن يسارع في تهنئته وتبشيره بالخير.
- أن يكثر من الدعاء له بظهر الغيب.
- أن ينصفه من نفسه عند الاختلاف.
- أن ينسى زلاته، ويتجاوز عن هفواته.
- ألا يعيره بذنب فعله، ولا بجرم ارتكبه.
- أن يؤثره على نفسه ويقدمه على غيره.
- ألا ينتظر منه مكافأة على حسن صنيعه.
- أن يشجعه دائمًا على التقدم والنجاح.
- ألا يحقر شيئًا من معروفه، ولو كان قليلاً.
- أن يشاركه في أفراحه، ويواسيه في أحزانه.
- ألا ينسى مودته، فالحر من راعى وداد لحظة.
- أن يقدم له الهدايا، ولا ينساه من معروفه وبره.
- أن يذب عنه، ويرد غيبته إذا تُكلم عليه في المجالس.
- ألا يكثر معه المجادلة، ولا يجعل ذلك سبيلاً لهجره، وخصامه.
- ألا يبخل عليه إذا احتاج إلى معونته، فالصديق وقت الضيق.
- أن يعلمه ما جهله من أمور دينه، ويرشده إلى ما فيه الصلاح.
- أن يقضي حوائجه، ويسعى في مصالحه، ويرضى من بره بالقليل.
- أن يرحب به عند زيارته، ويبش في وجهه، ويكرمه غاية الإكرام.
- أن ينصره ظالمًا أو مظلومًا، ونصره ظالمًا بكفه عن الظلم ومنعه منه.

- ألا يفشي له سرًا، ولا يخلف معه وعدًا، ولا يطيع فيه عدوًا.
- أن يلتمس له المعاذير ولا يلجئه إلى الاعتذار.

وإذا الحبيب أتى بذنب واحد جاءت محاسنه بألف شفيع

- أن يُعلمه بمحبته له.

قال الرسول – صلى الله عليه وسلم:

"إذا أحب أحدكم أخاه فليُعلمه أنه يحبه"

- أن يتواضع له ولا يتكبر عليه.

قال تعالى:

"واخفض جناحك لمن اتبعك من المؤمنين"

- ألا يسيء به الظن.

قال الرسول – صلي الله عليه وسلم

"إياكم والظن، فإن الظن أكذب الحديث"

مراجع الكتاب

أولاً: المراجع العربية:

١. القرآن الكريم.

٢. بثينة مجيد الخفافي: الصداقة .. صدفة أم اختيار، مجلة النبأ، العدد (٧٤)، جمادي الأولي، ١٤٢٣هـ.

٣. دافيدوف ليندا: مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب، وآخرون، القاهرة، دار مالجروهيل للنشر، ١٩٨٣م.

٤. عبد الرحمن عيسوي: دراسات في علم النفس الاجتماعي، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٧٤م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

5 - Good, C.V. : **Dictionary of Education**, 3 rd, Mc. Grow Hill, New York, 1993.

ثالثاً: الشبكة العالمية للمعلومات:

6 - http://www.albayan.co.ae
7 - http://www.aledari.tripod.com
8 - http://www.aljazirahschool.com
9 - http://www.alsaha.com
10 - http://www.balagh.com
11 - http://www.bayynat.org.lb
12 - http://www.damascus-online.com
13 - http://www.google.com
14 - http://www.qurannet
15 - http://www.shamela.net

فهرس

للاستفسار

د/ عمرو حسن أحمد بدران

DrAmroBadran@Hotmail.Com

0105729929